


11 группа: сады № 28, 30, 34, 40, 50, 50(ф), 51, 52, 54, 93, 103, 110
 12 группа: сады № 7, 12, 14, 18, 21, 29, 31, 35, 39, 46, 97, 106, 115
 14 группа: сады № 10, 17, 20, 26, 49, 64, 72, 73, 75, 92, 96, 105, 120
 17 группа: сады № 41, 44, 53, 61, 78, 80, 83, 94, 98, 104, 111, 114
 18 группа: сады № 8, 9, 16, 27, 62, 65, 66, 82, 86, 108, 109, 118

УТВЕРЖДАЮ:
 Главный специалист отдела
 дошкольного образования
 Фатхуллина Г.А.

2,4 группа

НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ДЕТСКИХ САДОВ С 08.10.18 г по 12.10.18 г

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		Цена		Пищевые вещества (г)						Энерг. ценность (ккал)		Витамины (мг)	
						Белки		Жиры		Углеводы				С	
№ рец.	<u>ПОНЕДЕЛЬНИК 08.10</u>	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
	<u>Завтрак</u>														
1./04	Батон с маслом	20/5	20/5	4,03	4,03	1,63	1,63	4,70	4,70	10,40	10,40	90,42	90,42	0,00	0,00
510./04	Каша ячневая (вязкая) с сахаром	200	150	4,74	3,56	4,20	3,15	8,00	6,00	34,40	25,80	226,35	169,76	0,00	0,00
648./04	Кисель	200	150	1,88	1,41	0,00	0,00	0,00	0,00	30,60	22,95	118,00	88,50	0,00	0,00
	Итого			10,65	9,00	5,83	4,78	12,70	10,70	75,40	59,15	434,77	348,68	0,00	0,00
	<u>2 Завтрак</u>														
707./04	Сок разливной	170	170	4,94	4,94	0,00	0,00	0,00	0,00	10,20	10,20	40,80	40,80	3,40	3,40
	Итого			4,94	4,94	0,00	0,00	0,00	0,00	10,20	10,20	40,80	40,80	3,40	3,40
	<u>Обед</u>														
ТТК-54	Салат "Бурячок"	60	50	2,74	2,28	0,90	0,75	2,40	2,00	4,80	4,00	44,40	37,00	5,88	4,90
131/04	Рассольник "Домашний" со сметаной	200/5	150/5	5,68	4,48	1,90	1,46	4,35	3,45	10,31	7,77	88,02	68,02	9,85	7,48
ТТК-131	Зразы "Школьные"	60	60	13,92	13,92	9,10	9,10	10,50	10,50	8,80	8,80	166,00	166,00	0,00	0,00
510./04	Каша гречневая вязкая	130	100	2,97	2,28	3,90	3,00	5,85	4,50	19,37	14,90	145,73	112,10	0,00	0,00
ТТК-317	Напиток "Фруктовый" из сухофруктов	200	150	1,58	1,19	0,60	0,45	0,00	0,00	31,40	23,55	124,00	93,00	0,45	0,34
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,11	1,11	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,09	1,83	3,25	2,84	0,46	0,41	20,88	18,27	102,08	89,32	0,00	0,00
	Итого			30,09	27,09	21,25	19,20	23,96	21,26	105,56	87,29	724,23	530,44	16,18	12,72
	<u>Полдник</u>														
697./04	Молоко кипяченое с печеньем "Мона"	180/12	180/12	11,32	11,32	6,27	6,27	6,18	6,18	17,07	17,07	148,98	148,98	2,46	2,46
	Итого			11,32	11,32	6,27	6,27	6,18	6,18	17,07	17,07	148,98	148,98	2,46	2,46
	<u>Ужин</u>														
	Десерт фруктовый "Яблоко"	140	140	7,08	7,08	0,55	0,55	0,00	0,00	13,55	13,55	52,51	52,51	22,11	22,11
ТТК-50	Голченики рыбные	75	75	20,37	20,37	7,35	7,35	3,27	3,27	8,46	8,46	92,81	92,81	1,36	1,36
520./04	Картофельное пюре	150	130	5,91	5,13	3,00	2,60	4,80	4,16	20,40	17,68	140,00	121,33	18,10	15,69
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,54	0,40	0,18	0,13	0,00	0,00	4,78	3,58	19,90	14,92	0,04	0,03
	Хлеб "Рябинушка"	1/20	1/20	1,11	1,11	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Итого			35,01	34,09	12,68	12,23	8,47	7,83	57,19	53,27	359,22	335,57	41,61	39,19

ТТК-62	Салат из отварной свеклы	60	50	1,57	1,31	0,60	0,50	3,60	3,00	4,80	4,00	54,00	45,00	5,17	4,31
124/04	Щи из свежей капусты с карт. с мясн. фрикад. со сметаной	200/25/5	150/25/5	12,79	12,14	5,49	5,09	8,19	7,33	8,16	6,16	128,31	110,97	15,06	11,37
ТТК-324	Котлеты "Крепыш"	75	75	23,41	23,41	8,25	8,25	13,50	13,50	6,00	6,00	178,00	178,00	0,00	0,00
ТТК-446	Пюре "Янтарное"	130	100	3,40	2,62	27,52	21,17	9,02	6,94	60,74	46,72	434,23	334,02	0,00	0,00
705/04	Напиток из плодов шиповника	200	150	4,39	3,29	0,40	0,30	0,00	0,00	23,60	17,70	94,00	70,50	100,00	75,00
	Хлеб "Рябиношка"	1/20	1/20	1,11	1,11	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,09	1,83	3,25	2,84	0,46	0,41	20,88	18,27	102,08	89,32	0,00	0,00
	Итого			48,76	45,71	42,11	34,75	35,17	31,57	134,18	108,85	1044,62	792,81	90,23	60,68
	<u>Полдник</u>														
697./04	Молоко кипяченое	180	180	10,36	10,36	5,31	5,31	4,50	4,50	8,91	8,91	97,38	97,38	2,46	2,46
	Итого			10,36	10,36	5,31	5,31	4,50	4,50	8,91	8,91	97,38	97,38	2,46	2,46
	<u>Ужин</u>														
	Десерт фруктовый "Груша"	150	141	13,09	12,31	0,60	0,56	0,45	0,42	15,45	14,52	70,50	66,27	7,50	7,05
ТТК-734	Биточки рыбные "Морячка"	75	75	14,39	14,39	15,77	15,77	2,76	2,76	7,30	7,30	117,00	117,00	2,29	2,29
216./04	Картофель тушеный	150	130	9,23	8,00	3,15	2,73	9,60	8,32	27,71	24,02	209,81	181,84	10,92	9,46
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,54	0,40	0,18	0,13	0,00	0,00	4,78	3,58	19,90	14,92	0,04	0,03
	Хлеб "Рябиношка"	1/20	1/20	1,11	1,11	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Итого			38,36	36,21	21,30	20,79	13,21	11,90	65,24	59,42	471,21	434,03	20,75	18,83
	Итого за день			132,56	121,55	86,70	75,37	73,90	66,14	275,89	230,91	2147,31	1762,32	122,39	88,94
	ЧЕТВЕРГ 11.10														
	<u>Завтрак</u>														
1./04	Батон с маслом	20/5	20/5	4,03	4,03	1,63	1,63	4,70	4,70	10,40	10,40	90,42	90,42	0,00	0,00
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/5	150/5	14,74	11,68	6,86	5,14	6,29	4,25	23,14	17,35	226,87	166,40	0,00	0,00
ТТК-305	Какао с молоком	180	150	5,98	4,98	2,95	2,46	3,24	2,70	22,82	19,02	132,26	110,22	1,43	1,20
	Итого			24,75	20,69	11,44	9,23	14,23	11,65	56,36	46,77	449,55	367,04	1,43	1,20
	<u>2 Завтрак</u>														
707./04	Сок разливной	160	160	4,65	4,65	0,00	0,00	0,00	0,00	9,60	9,60	38,40	38,40	3,20	3,20
	Итого			4,65	4,65	0,00	0,00	0,00	0,00	9,60	9,60	38,40	38,40	3,20	3,20
	<u>Обед</u>														
71/04	Винегрет овощной	60	50	2,96	2,47	0,84	0,70	6,06	5,05	4,08	3,40	74,40	62,00	9,72	8,10
ТТК-425	Суп "Гречишное зёрнышко"	200	150	2,95	2,21	1,98	1,48	2,42	1,81	13,68	10,26	84,42	63,25	6,6	4,9
ТТК-400	Капуста тушеная с мясом	50/150	50/150	38,69	38,69	12,14	12,14	8,96	8,96	9,40	9,40	166,80	166,80	24,50	24,50
ТТК-317	Напиток "Фруктовый" из сухофруктов	200	150	1,58	1,19	0,60	0,45	0,00	0,00	31,40	23,55	124,00	93,00	0,45	0,34
	Хлеб "Рябиношка"	1/20	1/20	1,11	1,11	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,09	1,83	3,25	2,84	0,46	0,41	20,88	18,27	102,08	89,32	0,00	0,00
	Итого			49,38	47,50	20,41	19,21	18,30	16,63	89,44	74,88	605,70	439,37	36,27	32,84
	<u>Полдник</u>														
697./04	Молоко кипяченое	180	180	10,36	10,36	5,31	5,31	4,50	4,50	8,91	8,91	97,38	97,38	2,46	2,46
	Итого			10,36	10,36	5,31	5,31	4,50	4,50	8,91	8,91	97,38	97,38	2,46	2,46

	<u>Ужин</u>														
ТТК-966	Запеканка из творога с курагой и морковью с соусом молочным сладким	150/50	100/50	44,55	30,61	26,07	17,67	19,25	13,57	34,22	25,02	398,75	282,75	1,56	1,06
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,54	0,40	0,18	0,13	0,00	0,00	4,78	3,58	19,90	14,92	0,04	0,03
	Хлеб "Рябиношка"	1/20	1/20	1,11	1,11	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Итого			46,20	32,12	27,85	19,40	19,65	13,97	49,00	38,60	472,65	351,67	1,60	1,09
	Итого за день			135,34	115,32	65,01	53,15	56,68	46,75	213,31	178,76	1663,68	1293,86	44,96	40,79
	<u>ПЯТНИЦА 12.10</u>														
	<u>Завтрак</u>														
3./04	Батон с маслом с сыром	20/5/5	20/5/5	6,68	6,68	2,93	2,93	6,05	6,05	10,40	10,40	107,77	107,77	0,14	0,14
337./04	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	5,82	5,82	5,10	5,10	4,60	4,60	0,30	0,30	63,00	63,00	0,00	0,00
161./04	Суп молочный с ячневой крупой	200	150	6,72	5,04	4,47	3,35	7,13	5,35	15,38	11,50	123,24	92,40	1,00	0,75
395/10	Кофейный напиток с молоком	180	150	5,98	4,82	2,85	2,34	2,41	2,00	14,36	10,63	91,00	70,00	1,17	0,98
	Итого			25,20	22,36	15,35	13,72	20,19	18,00	40,44	32,83	385,01	333,17	2,31	1,87
	<u>2 завтрак</u>														
698./04	Кефир	160	135	13,18	11,12	4,80	4,05	4,01	3,38	6,40	5,40	80,81	68,18	1,17	0,99
	Итого			13,18	11,12	4,80	4,05	4,01	3,38	6,40	5,40	80,81	68,18	1,17	0,99
	<u>Обед</u>														
ТТК-66	Салат "Солнышко"	60	50	2,47	2,06	0,48	0,40	3,00	2,50	4,20	3,50	48,00	40,00	4,15	3,46
135/04	Суп из овощей на м/к бульоне со сметаной	200/5	150/5	7,14	6,34	1,90	1,46	4,27	3,39	10,08	7,60	86,35	66,75	14,15	10,15
ТТК-450	Котлета "Камская"	75	75	19,87	19,87	10,00	10,00	3,00	3,00	6,00	6,00	90,00	90,00	0,35	0,35
516./04	Макароны отварные	130	100	3,50	2,69	4,97	3,82	4,41	3,39	27,03	20,79	167,70	129,00	0,00	0,00
ТТК-315	Компот "Фруктовый" из кураги	200	150	3,20	2,40	1,20	0,90	0,00	0,00	31,60	23,70	126,00	94,50	0,00	0,00
	Хлеб "Рябиношка"	1/20	1/20	1,11	1,11	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Хлеб "Дарницкий"	1/46,4	1/40,6	2,09	1,83	3,25	2,84	0,46	0,41	20,88	18,27	102,08	89,32	0,00	0,00
	Итого			39,38	36,30	23,40	20,02	15,54	13,09	109,79	89,86	674,13	474,57	13,65	8,96
	<u>Полдник</u>														
697./04	Молоко кипяченое	180	180	10,36	10,36	5,31	5,31	4,50	4,50	8,91	8,91	97,38	97,38	2,46	2,46
733/04	Оладьи	50	50	1,14	1,14	3,04	3,04	2,19	2,19	19,54	19,54	110,10	110,10	0,00	0,00
	Итого			11,50	11,50	8,35	8,35	6,69	6,69	28,45	28,45	207,48	207,48	2,46	2,46
	<u>Ужин</u>														
	Десерт фруктовый "Банан"	160	150	12,75	11,95	2,40	2,25	0,00	0,00	35,84	33,60	152,96	143,40	16,00	15,00
269./04	Запеканка овощная с соусом сметанным	150/30	100/50	9,72	7,88	6,12	4,80	16,41	14,00	27,90	20,10	283,77	225,60	13,50	11,20
ТТК-475	Чай полусладкий	200	150	0,54	0,40	0,18	0,13	0,00	0,00	4,78	3,58	19,90	14,92	0,04	0,03
	Хлеб "Рябиношка"	1/20	1/20	1,11	1,11	1,60	1,60	0,40	0,40	10,00	10,00	54,00	54,00	0,00	0,00
	Итого			24,12	21,34	10,30	8,78	16,81	14,40	78,52	67,28	510,63	437,92	29,54	26,23
	Итого за день			113,38	102,62	62,20	54,92	63,23	55,56	263,60	223,82	1858,06	1521,32	49,14	40,51

	Цена		Пищевые вещества (г)						Энерг. ценность (ккал)		Витамины (мг)	
			Белки		Жиры		Углеводы				С	
	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:	608,27	537,30	282,47	220,31	306,80	246,23	1251,5	1058,9	9152,5	7347,5	261,97	236,17
В среднем в день	121,65	107,46	56,49	44,06	61,36	49,25	250,31	211,78	1830,49	1469,49	52,39	47,23

Рекомендуемые нормы физиологических потребностей для детей с 3 до 7 лет в пищевых веществах и энергии согласно СанПиН 2.4.1.3049 - 13 "Санитарно - эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях"

Генеральный директор

В.П. Гусева

Зам. директора по производству и качеству

Г.Н. Мартынова

Экономист по ценам

Н.В. Журавлева

Зам. начальника производственного отдела

Ю.В. Будилова